

**Stichting Lumen organiseert in maart en april 2018**

**de cursus**

# **Zicht op Herstel**

Herstellen is een zoektocht naar hoe je, ondanks je psychische klachten, psychosociale problemen en/of verslaving een leven op kunt bouwen dat jij als zinvol ervaart. De cursus 'Zicht op Herstel' kan een waardevolle aanvulling zijn bij deze zoektocht. Aan de hand van een thema gaan we iedere week met elkaar in gesprek en breng je jouw eigen unieke herstelproces in kaart.

Het doel van de cursus is je bewust worden van en inzicht krijgen in wat jou kan helpen bij verder herstel.



Voorafgaand aan de cursus is er op 27 februari 2018 van 14.00-15.30 uur een informatiebijeenkomst.

De cursus start op 6 maart 2018 en bestaat uit 8 wekelijkse bijeenkomsten op de dinsdagmiddag van 14.00-16.00 uur.

Locatie: Hooigracht 12-14 te Leiden.

Cursusbegeleiders: Monique Offenbergh en Lars van Wezel.

Cursusdata: 6, 13, 20, 27 maart en 3, 10, 17, 24 april.

Interesse?

Stuur een mail aan [herstel.lumen@gmail.com](mailto:herstel.lumen@gmail.com) of bel Frouke Lampe 06-81624676 voor meer informatie en aanmelding.

*Stichting Lumen Holland-Rijnland\* is een onafhankelijke, cliënt-gestuurde organisatie die zich inzet voor mensen met psychische aandoeningen, psychosociale problemen en/of verslavingsproblematiek. Lumen geeft adviezen vanuit cliëntperspectief en ondersteunt bij persoonlijk en maatschappelijk herstel door middel van vrijwilligerswerk, inloopactiviteiten, workshops en cursussen.*

*(\*voorheen GGZ Informatiepunt, Stichting ZON en Inloophuis Psychiatrie)*

Stichting Lumen Holland-Rijnland  
[www.lumen-hollandrijnland.nl](http://www.lumen-hollandrijnland.nl)